

パーソナルスイムレッスン

スタッシュサポート パーソナルスイムレッスン の特徴

従来の水泳指導は、コーチが受講者に対し専門知識を教えるといった“集団指導による一方通行の関係”であったのに対し、当レッスンでは“**個人指導のメリットをいかした双方向の関係**”を大切にしながらレッスンを進めていきます。専門知識を伝えるのはもちろんのこと、水に対するあなたの感覚や個々の体力、水泳を学ぶ目的に応じ、あなたに合った泳ぎを無理なく身につけて頂くことが特徴です。また、プール内でのレッスンだけではなく、セッション(会話)の時間を多くとり、水泳に対する疑問点なども納得いくまで指導させていただきます。

このような方におすすめします

- 泳げるようになりたい。
- 上達するための練習方法がわからない。
- 効率よく水泳の練習をしたい。
- 自分のペースで練習したい。
- スクールやグループの練習会に参加できない。
- トライアスロンにチャレンジしたい。

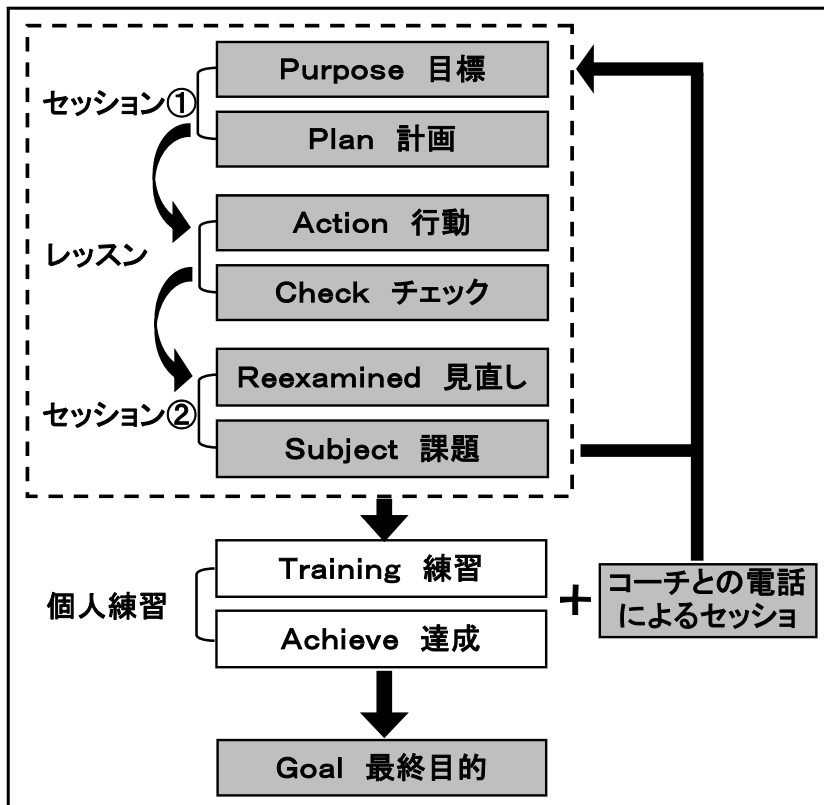


【対象】 中学生～成人

【指導内容】 レッソンは、One to One による **完全個別指導** です。

がワンパックとなります。

※指導時間は目安であり、個々により多少異なります。



セッション①では

最終目的となる大きな目標と現泳力からなる小さな目標を立て、練習計画(メニュー)を作ります。[20分]

レッスンでは

練習メニューに沿って泳ぎながら、ポイントをチェックしていきます。その際にも、受講者の感覚を重視しアドバイスをを行います。[40分]

セッション②では

レッスンでのチェックポイントを見直し、更にどのように練習をしていけば良いのか課題を与えます。[20分]

継続受講の方には

個人での練習期間中、定期的に行進具合をセッションによりチェックし、アドバイスをを行います。又、個人練習のできない方は、課題を次回の練習計画に取り入れます。

スタッシュ サポート
ー パーソナル スイム レッスン 料金表 ー

※スクール会員とはトライアスロンスクール在籍者です。

()は1回分の目安です。

○ワンバックコース [1回のみ]

一 般	7,700円
スクール会員	5,500円

○レギュラーコース [月2回]

一 般	13,200円 (6,600円/回)
スクール会員	9,900円 (4,950円/回)

○スペシャルコース [全8回]

※週1回×2ヶ月 又は 週2回×1ヶ月

一 般	52,800円 (6,600円/回)
スクール会員	39,600円 (4,950円/回)

○半年継続コース [全6回コース・全12回コース]

※1ヶ月分お得!

	月1回×6ヶ月	月2回×6ヶ月
一 般	39,600円 (6,600円/回)	66,000円 (5,500円/回)
スクール会員	29,700円 (4,950円/回)	52,800円 (4,400円/回)

※上記料金には 全て消費税 (10%) が含まれています。

- 指導場所は基本的に公共施設のフリーコースを利用します。(ご都合の良い場所をこちらで確認します。) もちろんお客様側でその他指導場所を指定して頂いても結構です。(練習環境が良いことに越したことはありません。) お客様が所属されているクラブでの指導を希望の場合は、事前にクラブ側の許可を取って頂くようお願いします。
- お客様のご負担額は、レッスン料+ご本人・コーチ分の施設利用料(実費)となります。(公共の施設であれば、だいたい1名あたり 800~1,000円 が利用料金となっています。) ※当スクールは、大阪を中心に活動しております。遠方からのお申し込みの際は、ご希望指導施設までの交通費(実費)を別途負担して頂くこととなります。
- 泳げない方は、スペシャルコースをご利用下さい。受講終了時点で泳げない場合は、以降不定期によりレッスンを泳げるまで無料にて受講していただけます。 ※ご本人・コーチ分の施設利用料(実費)はご負担願います。
- レッスン曜日・時間は決っておりませんが、コーチのスケジュールの都合上、お客様のご希望に副えない場合がございます。また、上記以外の特別コースをご希望の場合、その他ご相談は(山田)までお問い合わせ下さい。

お申し込み・お問い合わせは **090-3621-1336 山田 正和(やまだ まさかず)**まで
 ホームページ・メールからでも受け付けます。 URL <http://www.stash-support.com>
 E-mail (PC) coach@stash-support.com (携帯) kazuphone@ezweb.ne.jp

※パソコンからの携帯へのメールは受け取れない場合がございます。ご了承下さい。

